

おかやまコープ たべてん便 献立表【おかず7品コース】

日 付	献 立	食品成分	原材料アレルギー表示
10月5日 (月)	デミかつ ちくわと春雨のきんぴら かにシューマイ ブロッコリーのソテー インゲンのマヨポン酢和え オニオンサラダ 水菜ザーサイ	熱量 420kcal 蛋白質 10g 脂質 21g 炭水化物 47g カルシウム 28mg 食塩相当量 2.2g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素、紅麹)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.、V.C.、ローズマリー抽出物)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、加工澱粉、酢酸、乳酸Ca、酵素製剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・カニ・大豆・ごま・ゼラチン・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
10月6日 (火)	さわらの塩焼き 青菜のけんちん炒め ビーフンのウインナーソテー キャベツのおかか煮 ピーマンとエリンギのサラダ もやしと人参ののり和え つぼ漬け	熱量 367kcal 蛋白質 13g 脂質 16g 炭水化物 40g カルシウム 49mg 食塩相当量 2.3g	調味料(アミノ酸等)、発色剤(亜硝酸Na)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(エリソルビン酸Na)、酸味料、リン酸塩Na、V. B1、豆腐用凝固剤、酵素、酒精、pH調整剤(一部に卵・小麦・大豆・鶏肉・豚肉を含む)
10月7日 (水)	牛肉のしゃぶしゃぶ風 椎茸と高野の炒め煮 ペンのコンソメ煮 大根とさつま揚げのソテー ツナポテトサラダ しらたきの錦糸和え 黒豆	熱量 395kcal 蛋白質 14g 脂質 16g 炭水化物 48g カルシウム 73mg 食塩相当量 2.6g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、酸化防止剤(V.E.、ローズマリー抽出物)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、リン酸塩Na、V. B1、水酸化Ca、キシロース、加工澱粉、酵素、香辛料抽出物、酒精、重曹、酢酸、炭酸Ca、豆腐用凝固剤、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・鶏肉・豚肉・牛肉を含む)
10月8日 (木)	あじフライ たまごロール うの花炒り煮 牛蒡のバターソテー スパゲティサラダ オクラときくらげの青じそ和え 甘酢らっきょう	熱量 396kcal 蛋白質 10g 脂質 19g 炭水化物 45g カルシウム 49mg 食塩相当量 2.4g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カラメル色素、カロチノイド)、甘味料(ステビア、ソルビット、甘草、スクラロール)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、香料、V. B1、加工澱粉、香辛料抽出物、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆を含む)
10月9日 (金)	煮込みハンバーグ こんにやくとしめじの炒め煮 野菜コロッケ マカロニの舞茸ソテー 卵サラダ ほうれん草のマリネ のり佃煮	熱量 412kcal 蛋白質 12g 脂質 18g 炭水化物 50g カルシウム 73mg 食塩相当量 2.7g	調味料(アミノ酸等)、着色料(カロチノイド、カラメル色素)、甘味料(ステビア、甘草)、増粘剤(加工デンプン、増粘多糖類)、酸味料、乳化剤、香料、リン酸塩Na、V. B1、グリシン、香辛料抽出物、次亜塩素酸Na、酢酸Na、水酸化Ca、pH調整剤(一部に乳成分・卵・小麦・大豆・ごま・りんご・鶏肉・豚肉を含む)

【ご注意ください】 別添付の調味料の小袋が有る場合、電子レンジにかける前に取出し、端材・キャップにご注意ください。

※原材料不足の為、献立を変更させていただく場合がありますので、ご了承ください。

たべてん便のお問い合わせは、たべてん便受注センター 0120-014-899

月～金 受付時間9:00～17:00まで お気軽にお問合せください。